

<b>PRIMAVERA 2019</b>	<b>DILLUNS</b>	<b>DIMARTS</b>	<b>DIMECRES</b>	<b>DIJOUS</b>	<b>DIVENDRES</b>
<p><b>DINAR</b> <b>1<sup>a</sup> setmana</b> 1-5 Abril 29/30 Abril-2/3 Maig 27-31 Maig</p>	<p>Amanida mixta Espaguetis bolonyesa amb salsa de tomàquet <b>Tr:</b>  Fruita</p>	<p>Tomàquet amb formatge fresc i alvocat  Peix al forn amb patates rostides  Fruita</p>	<p>Sopa de pollastre amb fideus <b>Tr:</b>  Pollastre al forn amb amanida de cigrons  Iogurt </p>	<p>Xampinyons gratinats amb formatge  Arròs amb salsa de tomàquet i ou escalfat  Fruita</p>	<p>Crema de carbassó i porro  Croquetes de peix amb amanida mixta  Fruita</p>
<p><b>DINAR</b> <b>2<sup>a</sup> setmana</b> 8-12 Abril 6-10 Maig 3-7 Juny</p>	<p>Bullit de mongetes tendres, pastanaga i patata Medallons de carn de porc i amanida amb formatge  Fruita</p>	<p>Amanida mixta Paella de peix amb calamars i marisc  Fruita</p>	<p>Lenties amb verdures i patates Pollastre arrebossat amb amanida  Iogurt </p>	<p>Sopa de peix amb meravella  <b>Tr:</b>  Peix al forn amb patates i verdures  Fruita</p>	<p>Amanida de pasta amb tonyina <b>Tr:</b>  Truita de carbassó i tomàquet rostit  Fruita</p>
<p><b>DINAR</b> <b>3<sup>a</sup> setmana</b> 15-17 Abril 13-17 Maig 10-14 Juny</p>	<p>Meló amb pernil serrà Gall d'indi estofat amb patates i péssols  Iogurt </p>	<p>Macarrons amb carbassó, tomàquet i gambes <b>Tr:</b>  Peix al forn amb amanida de tomàquet  Fruita</p>	<p>Cuinat d'arròs amb cigrons  Rodó de vedella al forn amb verdures rostides Iogurt  o gelat </p>	<p>Verdures variades amb pernil dolç Pollastre al forn i arròs amb salsa de tomàquet  Fruita</p>	<p>Gaspatxo  Peix arrebossat amb amanida pagesa  Fruita</p>
<p><b>DINAR</b> <b>4<sup>a</sup> setmana</b> 20-24 Maig 17-21 Juny</p>	<p>Wok d'arròs amb verdures  Hamburguesa de vedella amb formatge i amanida  Fruita</p>	<p>Amanida amb pernil dolç i olives  Arròs marinera  Fruita</p>	<p>Amanida mixta amb tonyina  Estofat de mongetes blanques amb carbassa, pollastre i patates Iogurt </p>	<p>Pasta amb salsa de tomàquet  <b>Tr:</b>  Peix al forn amb pebre, ceba i carbassó  Fruita</p>	<p>Sopa minestrone  <b>Tr:</b>  Truita de patates i amanida amb formatge fresc  Fruita</p>

\* Menús adaptats al nou Reglament 1169/2011 del Parlament Europeu i del Consell de 25 d'Octubre de 2011 sobre informació alimentària facilitada al consumidor.

\* Indicació d'al·lèrgens en productes alimentaris i plats elaborats. **Pot contenir traces: "Tr"**

\*Tots els menús es serveixen amb pa **Tr:** (Pa multicereals un cop per setmana **Tr:** )

**SONIA TORRES ABASCAL**  
**DIETISTA-NUTRICIONISTA COL·LEGIADA: IB0029**

*Nota:* Aquests menús no estan adaptats a al·lèrgies alimentàries, intoleràncies o malalties específiques. Per ser completament equilibrat és necessari que a casa es continuï amb una alimentació sana i variada.

*auris*

